

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *Psychological Well-Being* pada lesbian dewasa awal di Kota Bandung Barat, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Lesbian di Kota Bandung Barat sebagian besar menunjukkan *Psychological Well-Being* yang relatif seimbang antara kategori tinggi dan rendahnya (tinggi 46,7%, rendah 53,3%).
2. *Psychological Well-Being* pada dimensi *Self-Acceptance*, *Purpose In Life*, dan *Personal Growth* termasuk dalam kategori tinggi. Adapun pada dimensi *Autonomy* dan *Environmental Mastery* termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan pada dimensi *Positive Relation With Others* kategori tinggi dan rendahnya sama rata.
3. Faktor sosiodemografis berupa faktor ekonomi kategori penghasilan yang mencukupi kebutuhan sehari-hari, pendidikan kategori S1, dukungan sosial dari keluarga, sahabat, teman sesama lesbian, pacar, dan faktor kepribadian dari *The Big Five Factors Personality McCrae* yang meliputi *Conscientiousness*, *Agreeableness*, *Extraversion*, *Openness To Experience*, dan *Neuroticism* mempunyai keterkaitan dengan *Psychological Well-Being*.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Teoritis

1. Bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian dengan variabel *Psychological Well-Being* dan sampelnya lesbian, bisa menggunakan data penelitian ini sebagai informasi awal dalam penelitiannya.

5.2.2. Saran Praktis

1. Para lesbian daerah “X” Bandung Barat disarankan untuk tidak terlalu menghiraukan penilaian negatif, pendapat negatif, kritikan pedas, dan cemoohan dari lingkungan sekitar mengenai keadaan diri mereka, dikarenakan nantinya akan mempengaruhi kepercayaan diri dan kondisi mental mereka dalam beraktivitas di masyarakat. Hal ini berhubungan dengan dimensi *Self-Acceptance*, *Autonomy*, dan *Environmental Mastery*.
2. Para lesbian daerah “X” Bandung Barat disarankan untuk mempertahankan dukungan sosial yang mereka dapat dan tetap menjalin hubungan positif dengan orang lain untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.
3. Para lesbian daerah “X” Bandung Barat dapat mengikuti penyuluhan atau sosialisasi mengenai *Psychological Well-Being* yang diadakan oleh peneliti dengan persiapan tertentu, untuk dapat membantu para lesbian meningkatkan kesejahteraan psikologisnya masing – masing.